ดับไม่เหลือ

และ

ตายเสร็จสิ้นแล้วในตัวแต่หัวที



พุทธทาส อินฺทปญฺโญ

ดับไม่เหลือ

ตายเสร็จสิ้นแล้ว
ในตัวแต่หัวที

พระธรรมโกศาจารย์
(พุทธทาส อินฺทปญฺโญ)

สวนโมกขพลาราม
ต.เลม็ด อ.ไชยา จ.สุราษฎร์ธานี

ปีที่พิมพ์ ธันวาคม ๒๕๔๘

จัดพิมพ์โดย ธรรมทานมูลนิธิ

ผู้สนใจหนังสือเล่มนี้สามารถติดต่อได้ที่

ธรรมทานมูลนิธิ

๖๘/๑ หมู่ ๖ ต.เลม็ด อ.ไชยา จ.สุราษฎร์ธานี ๘๔๑๑๐

โทร. ๐-๗๗๔๓-๑๕๕๖, ๐-๗๗๔๓-๑๖๖๑ ถึง ๒

โทรสาร ๐-๗๗๔๓-๑๕๕๗

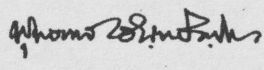
พิมพ์ที่...โรงพิมพ์พระพุทธศาสนา : ธรรมสภา

๑/๔-๕ ถนนบรมราชชนนี แขวงศาลาธรรมสพน์ เขตทวีวัฒนา กรุงเทพฯ

โทร. ๐-๒๔๔๑-๑๕๓๕, ๐-๒๔๔๑-๑๙๑๗ โทรสาร ๐-๒๔๔๑-๑๔๖๔

ดับไม่เหลือ

การปฏิบัติเรื่องความดับไม่เหลือ



เทปบันทึกคำแนะนำการปฏิบัติความดับไม่เหลือ

๑๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๐๔

เรื่องดับไม่เหลือนั้น มีวิธีปฏิบัติอยู่เป็น ๒ ชนิด กล่าวคือ **ตามปรกติ** *ก็ขอให้มีความดับไม่เหลือแห่งความรู้สึกยึดถือว่า "ตัวกู" และ "ของกู" อยู่เป็นประจำนี้อย่างหนึ่ง.*

อีกอย่างหนึ่ง *เมื่อร่างกายจะต้องแตกดับไปจริง ๆ ก็ขอให้มีความคิดปล่อยวางทั้งหมด ปล่อยทั้งร่างกาย ชีวิต จิตใจ ให้ดับไปเป็นครั้งสุดท้าย ไม่มีเชื้ออะไรเหลืออยู่หวังอยู่ สำหรับการเกิดมีตัวเราขึ้นมาอีก.*

ดังนั้น **ตามปกติในเวลาชีวิตประจำวัน ก็ใช้อย่างแรก คือควบคุมความรู้สึกที่ไม่เป็นตัวกู-ของกูอยู่เป็นประจำ, ครั้นเมื่อถึงคราวจะแตกดับของร่างกายก็ใช้อย่างหลัง.**

แม้ในกรณีที่ประสบอุบัติเหตุ ไม่ตายทันที มีความรู้สึกเหลืออยู่บ้างชั่วขณะหน่อยหนึ่ง ก็ใช้**อย่างหลัง**, แต่ถ้าหากว่าสิ้นชีวิตไปอย่างกระทันหัน ก็หมายความว่า ผู้นั้นได้ดับไปแล้วด้วยความรู้สึก**อย่างในวิธีแรก** เป็นการดับไม่เหลืออยู่ในตัว และเป็นอันว่ามีผลคล้ายกัน คือไม่มีความรู้สึกอยากเกิดอยู่ในขณะนั้นนั่นเอง.

ดับไม่เหลือวิธีที่ ๑.

โดยรายละเอียด วิธีปฏิบัติอย่างที่ ๑ คือ ปฏิบัติเป็นประจำวันนั้น หมายความว่า ถ้าเรามีเวลาว่างสำหรับทำจิตทำใจเมื่อไร ก่อนนอนก็ดี ตื่นนอนใหม่ก็ดี ก็ให้สำรวมจิตเป็นสมาธิ ด้วยการกำหนดลมหายใจ หรือจะกำหนดอะไรเป็นอารมณ์ก็แล้วแต่ถนัด กำหนดพอสมควร เพื่อให้จิตสงบเป็นสมาธิบ้าง แล้วจึง**พิจารณาเห็นความที่สิ่งทั้งหลายทั้งปวงทุกสิ่ง ไม่ควรยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นตัวเรา หรือเป็นของเรา แม้แต่สักอย่างเดียว** ให้มองเห็นว่า**มันเป็นสิ่งที่อาศัยกันและกันเกิดขึ้นดับไป** เวียนว่ายตายเกิดอยู่เท่านั้นเอง ถ้าไปยึดมั่นที่สิ่งใดเข้า ก็จะเป็นทุกข์ขึ้นมาทันที และได้ทุก ๆ สิ่ง

ไม่ว่าสิ่งใด.

เกิดทุกทีเป็นทุกข์ทุกที.

การเวียนว่ายตายเกิดนั้นเล่า ก็คือการทนทุกข์ทรมานโดยตรง เกิดทุกทีเป็นทุกข์ทุกที เกิดทุกชนิดเป็นทุกข์ทุกชนิด ไม่ว่าจะเกิดเป็นอะไร ก็เป็นทุกข์ไปตามแบบของการเกิดเป็นอย่างนั้น คือมีความรู้สึกว่าเกิดเป็นแม่ก็ทุกข์อย่างเป็นแม่, รู้สึกว่าเป็นลูกก็มีความทุกข์อย่างลูก, เกิดเป็นคนรวยก็ทุกข์อย่างคนรวย, เกิดเป็นคนจนก็ทุกข์อย่างคนจน, เกิดเป็นคนดีก็ทุกข์อย่างคนดี, เป็นคนชั่วก็มีความทุกข์อย่างคนชั่ว, เกิดเป็นคนมีบุญก็เป็นทุกข์ไปตามประสาของคนมีบุญ, เกิดเป็นคนมีบาปก็เป็นทุกข์ไปตามประสาคนมีบาป. ฉะนั้นสู้ไม่เกิดเป็นอะไรไม่ได้ คือ *อย่าได้เกิดมีความรู้สึกว่าตนเป็นอะไร ในฐานะเป็นตัวกูหรือว่าของกูขึ้นมา นี้คือความ "ดับไม่เหลือ"* แห่งตัวกูอยู่เป็นประจำ.

ความเกิดของจิต.

แต่ที่นี้ สำหรับการเกิดนั้น คำว่า *"เกิด"* อย่าได้หมายเพียงแต่การเกิดจากท้องแม่ ที่แท้มันหมายถึงการเกิดของจิต **คือของความรู้สึก ที่รู้สึกขึ้นมาคราวหนึ่งๆ** ว่า

กูเป็นอะไร เช่น เป็นแม่เป็นลูก, เป็นคนจน เป็นคนมี, เป็นคนสวย คนไม่สวย, เป็นคนมีบุญ คนมีบาป อย่างนี้เป็นต้น. ความรู้สึกหมายมั่นเช่นนี้ เรียกว่าความยึดถือหรืออุปาทาน มีความหมายมั่น ว่าตัวกูเป็นอย่างไร ของกูเป็นอย่างไร.

ความรู้สึกตัวกู-ของกู อย่างที่กล่าวนี้ เรียกว่า *อุปาทาน* มันเกิดจากท้องแม่ของมัน แม่ของมันคือ*อวิชชา* มันเกิดวันหนึ่งได้ไม่รู้กี่สิบครั้ง กี่ร้อยครั้ง หรือเกิดได้ไม่รู้กี่ร้อยชาตินั่นเอง. ในวันหนึ่งเกิดทุกคราวเป็นทุกข์ทุกคราวอย่างที่ไม่มีทางจะหลีกเลี่ยง เช่น ทุกคราวที่ตาเห็นรูป หรือหูได้ยินเสียง หรือจมูกได้กลิ่น หรือลิ้นได้รส หรือกายได้สัมผัสทางผิวหนัง หรือจิตมันปรุงเรื่องเก่า ๆ เป็นความคิดเป็นเรื่องเป็นราวขึ้นมาเองก็ตาม. ถ้าควบคุมไว้ไม่ดีแล้ว ความรู้สึกที่ว่าเป็นตัวกู หรือว่าเป็นของกูก็จะโผล่หรือเกิดขึ้นมาทันที และ**จะต้องเป็นทุกข์ทันทีที่ตัวกูโผล่ขึ้นมา**.

"ตัวกู" เมื่อไม่เกิดก็ไม่ตาย.

ฉะนั้นจงระวังอย่าเผลอให้ *"ตัวกู"* โผล่หัวออกมาจากท้องแม่ของมันได้เป็นอันขาด ถ้าเพียงแต่ตาเห็นรูป หรือหูได้ยินเสียง เป็นต้น แล้ว*เกิดสติปัญญารู้ว่าควรจัดการอย่างไร ทำไปอย่างไรก็ทำไปอย่างนั้น จัดไปอย่างนั้น*

ถ้าไม่มีเรื่องที่จะต้องทำอะไร นิ่งเสียก็ได้ ถ้าทำอย่างนี้ไม่เป็นไร ขออย่างเดียวแต่อย่าให้ความรู้สึกว่า “ตัวกู” ถูกปรุงขึ้นมาจาก*ตัณหา* หรือจาก *เวทนา* อันเกี่ยวเนื่องกับสิ่งที่ได้เห็น หรือได้ยินเป็นต้น ทำอย่างนี้เรียกว่า “ตัวกู” ไม่เกิด คือไม่มีชาติ ไม่มีเกิด เมื่อไม่เกิดก็ไม่ตาย หรือไม่เป็นทุกข์อย่างใดทั้งสิ้น.

นี่แหละคือข้อที่ต้องบอกให้ทราบไว้ว่า การเกิดนั้น ไม่ใช่หมายถึงการเกิดจากท้องแม่ทางเนื้อทางหนังโดยตรง แต่มันหมายถึงการเกิดทางจิตใจของ “ตัวกู” ที่เกิดจากท้องแม่ของมัน คือ**อวิชชา; ความไม่รู้สิ่งทั้งหลายทั้งปวงตามที่เป็นจริง**.

ส่วนการ *“ดับไม่เหลือ”* ในที่นี้ก็คือ อย่าให้ตัวกูชนิดนี้เกิดขึ้นมาได้นั่นเอง และเมื่อแม่ของมัน คืออวิชชา ก็ให้ฆ่าแม่ของมันเสียด้วย*วิชชา* หรือ*ปัญญา* ที่รู้ตามที่เป็นจริง **รู้ตามที่เป็นจริงก็คือรู้ว่า “ไม่มีอะไรที่ควรยึดมั่นถือมั่น ว่าเป็นตัวเราหรือของเรา**” นั่นเอง หรือถ้ากล่าวอีกอย่างหนึ่งก็ว่า มันเกิดได้เพราะเราเผลอสติ เพราะฉะนั้นเราก็อย่าเผลอสติเป็นอันขาด.

เผลอสติเมื่อใดเกิดตัวกูเมื่อนั้น.

ถ้าหากว่าเป็นคนมักขี้เผลอสติ **ก็จงแก้ด้วย**

ความเป็นผู้รู้จักอาย รู้จักกลัวกันเสียบ้าง; โดยมีความรู้สึกอายว่า การที่ปล่อยให้เป็นอย่างนั้น ๆ มันเป็นคนสาระเลว ยิ่งกว่าเป็นไพร่ เป็นคนขี้ข้าเสียอีก ไม่สมควรแก่เราเลย. ที่ว่ารู้จักกลัวกันเสียบ้างนั้น หมายความว่า มันไม่มีอะไรที่น่ากลัวยิ่งไปกว่าความเกิดชนิดนี้แล้ว มันยิ่งกว่าตกนรกทั้งเป็น ยิ่งกว่าอะไรหมดที่เกิดมาทีไร ก็เป็นอันว่าสูญคนเสียคนไม่มีอะไรเหลือ.

เมื่อมี**ความอาย** และ**ความกลัว**อย่างนี้บ่อย ๆ แล้ว สติก็จะไม่เผลอของมันเอง การปฏิบัติก็จะดีขึ้นตามลำดับ จนเป็นผู้ที่มีการ *"ดับไม่เหลือ"* อยู่ประจำทุกค่ำเช้าเข้านอน และทุกค่ำเช้าเข้านอนก็ต้องมีการคิดบัญชีเรื่องการดับไม่เหลือนี้ ให้รู้รายรับรายจ่ายไว้เสมอไป ข้อนี้มีอานิสงส์สูงไปกว่าการไหว้พระสวดมนต์ หรือทำสมาธิตามธรรมดาเฉย ๆ.

ดับไม่เหลือไม่ใช่เรื่องปาฏิหาริย์.

เรื่องเกี่ยวกับความดับไม่เหลือทำนองนี้ ไม่เกี่ยวกับการเพ่งหรือหลับตาเห็นสี เห็นดวง หรืออะไรที่แปลกๆ เป็นทำนองปาฏิหารย์ หรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ หากแต่ว่า**เป็นเรื่องเกี่ยวกับสติปัญญา หรือสติสัมปชัญญะ**โดยตรงเท่านั้น อย่างมากที่สุดที่มันจะสำแดงออก ก็เป็นเพียงว่าถ้ามีสติสมบูรณ์จริง ๆ ได้ที่เต็มที่แล้ว มันก็จะสำแดงออกมา

ให้เห็น**เป็นความเบากาย เบาใจ สบายกาย สบายใจ** อย่างที่บอกไม่ถูกอย่างที่ไม่เคยมีมาก่อนเท่านั้นเอง แต่อย่าได้ไปนึกถึงเรื่องนี้เป็นอันขาด จะกลายเป็นที่ตั้งของอุปาทานอันใหม่ขึ้นมาอีก ว่าเป็นความสุขของกูแล้วมันก็จะดับไม่ลง แล้วมันก็จะ " เหลือ" อยู่เรื่อย คือเกิดได้เรื่อย ๆ ไปอีก เดี๋ยวก็จะได้กลุ้มกันใหญ่ไปกว่าเดิม.

สิ่งทั้งหลายทั้งปวงไม่ควรยึดมั่นถือมั่น.

พวกที่ทำวิปัสสนาไม่สำเร็จ ก็เพราะคอยจ้องจับเอาความสุขอยู่เรื่อยไป มุ่งนิพพานตามความยึดถือของตนอยู่เรื่อยไป มันก็ดับไม่ลงหรือนิพพานไม่ลง มีตัวกูเกิดขึ้นมาในนิพพานแห่งความยึดมั่นถือมั่นของตนเองเสียเรื่อย.

เพราะฉะนั้นถ้าจะภาวนากันบ้าง ก็ต้องภาวนาว่าไม่มีอะไรที่ควรยึดมั่นถือมั่น แม้แต่สิ่งที่เรียกว่านิพพานนั้น มีพระบาลีว่า *สพฺเพ ธมฺมา นาลํ อภินิเวสาย* - สิ่งทั้งหลายทั้งปวงไม่ควรยึดมั่นถือมั่น ดังนี้.

จงเป็นอยู่ด้วยความดับไม่เหลือ

สรุปความว่า ทุกค่ำเช้าเข้านอน **ต้องทำความแจ่มแจ้งเรื่องความไม่ยึดมั่นถือมั่น** ให้แจ่มแจ้งเรื่องความไม่ยึดมั่นถือมั่น ให้แจ่มกระจ่างอยู่เสมอ จนเคยชินเป็นนิสัย

จนถ้าหากว่าเกิดตายไปในเวลาหลับ ก็ยังมีหวังที่จะไม่เกิดอีกต่อไปอยู่นั่นเอง. มีสติปัญญาอยู่เรื่อยอย่าให้อุปาทานว่า "ตัวกู" หรือ "ของกู" เกิดขึ้นมาได้เลยในทุกกรณี ทั้งกลางวัน กลางคืน ทั้งตื่นและหลับ.

นี้เรียกว่า เป็นอยู่ด้วยความดับไม่เหลือ หรือความไม่มีตัวตน มีแต่ธรรมะอยู่ในจิตที่ว่างจากตัวตนอยู่เสมอไป เรียกว่าตัวตนไม่ได้เกิด และมีแต่การดับไม่เหลืออยู่เพียงนั้น ถ้าเผลอไปก็ตั้งใจทำใหม่เรื่อย ไม่มีการท้อถอยหรือเบื่อหน่าย ในการบริหารใจเช่นนี้ ก็เช่นเดียวกับเราบริหารกายอยู่ตลอดเวลานั้นเหมือนกัน ให้ทั้งกายและทั้งใจได้รับการบริหารถูกต้องคู่กันไปดังนี้ ในทุกกรณีที่ทำอยู่ ทุกลมหายใจเข้า–ออก เป็นอยู่ด้วยปัญญา ไม่มีความ ผิดพลาดเลย.

ดับไม่เหลือวิธีที่ ๒.

ทีนี้ก็มาถึงวิธีปฏิบัติที่ ๒ คือในเวลาจวนเจียนจะดับจิต คือตายนั้น อยากจะกล่าวว่ามันง่ายเหมือนตกกระไดแล้วพลอยกระโจน. ถ้ามันยากมันก็ยากอยู่ตรงที่ไม่กล้าพลอยกระโจนในเมื่อตกกระไดมันจึงเจ็บมาก เพราะตกลงมาอย่างไม่เป็นท่าเป็นทาง ไหน ๆ เมื่อร่างกายนี้ มันอยู่

ต่อไปไม่ได้แล้ว จิตหรือเจ้าของบ้านก็พลอยกระโจนตามไปเสียด้วยก็แล้วกัน.

ดับไม่เหลืออย่าให้เชื้อมาเกิด

ให้ปัญญากระจ่างแจ้งขึ้นมาในขณะนั้น ว่าไม่มีอะไรที่น่าจะกลับมาเกิดใหม่ มาเอาใหม่ มาเป็นใหม่ เพื่อเอาเพื่อเป็น เพื่อหวังอะไรอย่างใดต่อไปอีก หยุดเสียที สิ้นสุดทีปิดฉากสุดท้ายกันเสียที เพราะว่าไปแตะเข้าที่ไหนก็มีแต่ทุกข์ทั้งนั้น ไม่ว่าไปเกิดเป็นอะไรเข้าที่ไหน หรือได้อะไรที่ไหนมา เมื่อมีความรู้แท้จริง ตามที่เป็นจริงอยู่อย่างนี้ จิตไม่มีที่หวัง ไม่มีที่อยาก ไม่มีที่จอด มันจึง**ดับไปพร้อม กับกาย อย่างไม่มีเชื้อเหลือมาเกิดอีก.**

สำหรับสิ่งที่เรียกว่า "เชื้อ **เชื้อ**" ในที่นี้ก็คือ**ความหวัง** หรือ**ความอยาก** หรือ**ความยึดมั่นถือมั่น** อยู่ในสิ่งใดสิ่งหนึ่งนั่นเอง

เมื่อจะตายโดยอุบัติเหตุ

จะยกตัวอย่างให้เห็นว่า แม้การตายโดยกระทันหันก็ยังมีทางที่จะดับไม่เหลือได้ สมมติว่าเดินมาไม่รู้ตัวถูกควายขวิดมาจากข้างหลัง หรือว่าถูกรถยนต์ทับหรือว่าถูกตึกพังทับหรือถูกลอบยิง หรือถูกการระเบิดชนิดไหนก็ตาม ถ้ามี

ความรู้สึกเหลืออยู่ แม้สักวินาทีเดียวก็ตาม จงน้อมจิตไปสู่ *ความดับไม่เหลือ หรือทำความดับไม่เหลือให้แจ่มแจ้งขึ้นในใจ* เหมือนที่เราเคยฝึกอยู่ทุกค่ำเช้าเข้านอนขึ้นมาในขณะนั้น แล้วก็ปล่อยให้จิตดับไปก็เป็นการเพียงพอแล้ว สำหรับอาการที่เรียกว่า *"ตกกระไดพลอยกระโจน"* กระโจนไปสู่ความดับไม่มีเชื้อเหลือ.

ทีนี้ ถ้าหากว่าจิตดับไปเสีย โดยไม่มีเวลาเหลืออยู่สำหรับให้รู้สึกหรือคิดนึกได้ดังว่านี้ ก็แปลว่า ถือเอาความดับไม่เหลือที่เราพิจารณาและมุ่งหมายอยู่เป็นประจำอยู่ตลอดเวลาทั้งวันทั้งคืนนั่นเอง เอาความรู้สึกนั้นเป็นพื้นฐานสำหรับร่างกายแตกดับไปในขณะนี้ เมื่อเป็นอย่างนี้มันก็เป็นการดับไม่เหลืออยู่ดีไม่เป็นการเสียท่าทีแต่ประการใด อย่าได้เป็นห่วงเลย.

เมื่อจะตายด้วยโรคเจ็บไข้

ถ้าป่วยด้วยโรคที่เจ็บปวด หรือทรมานมาก *ก็ต้องทำจิตขึ้นเบ่งรับ ว่าที่ยิ่งเจ็บมากปวดมากนี่แหละมันจะได้ดับไม่เหลือเร็วเข้าอีก* เพราะฉะนั้นเราขอบใจความเจ็บความปวด ! เมื่อคิดดังนี้ **ปีติในธรรมะ**ก็จะข่มความรู้สึกปวดนั้นไม่ให้ปรากฏ หรือปรากฏแต่น้อยที่สุดจนเรามีสติสมบูรณ์อยู่ดังเดิม และเยาะเย้ยความเจ็บปวดได้.

ถ้าป่วยด้วยโรค เช่นอัมพาต และต้องดับด้วยโรคนั้น ก็ให้ถือว่าตัวเราสิ้นสุดไปแล้ว ตั้งแต่ขณะที่โรคนั้นทำให้หมดความรู้สึก ที่เหลือส่วนที่เหลือนอนตาปริบ ๆ อยู่นั้นไม่มีความหมายอะไร ทั้งนี้เพราะว่า จิตของเราได้สมัครน้อมไปเพื่อความดับไม่เหลือ เสร็จสิ้นแล้วตั้งแต่ก่อนล้มเจ็บเป็นอัมพาต หรือตั้งแต่ความรู้สึกยังดีอยู่ในการเป็นอัมพาตตลอดเวลาที่มีความรู้สึก.

ครั้นหมดความรู้สึกแล้ว มันก็เลิกกัน แม้ว่าชีวิตยังไม่ดับทันที มันก็หามีตัวตนอะไรที่เป็นตัวกูหรือของกูที่ไหนไม่.

ทำความดับไม่เหลือด้วยสติปัญญา

อย่าได้คิดเผื่อให้มากไป ด้วยความเขลาของตัวเองเลย เมื่อยังอยู่ดีๆ นี่แหละ **รีบทำความดับไม่เหลือเสียให้สมบูรณ์ด้วยสติปัญญาเถิด** มันจะรับประกันได้ไปถึงเมื่อเจ็บ แม้ในกรณีที่เป็นโรคอัมพาตดังกล่าวแล้ว ไม่มีทางที่จะพ่ายแพ้หรือเสียท่าเสียทีแก่ความเจ็บแม้แต่ประการใดเลย เพราะเราทำลาย “ตัวกู” ให้หมดความเกิดเสียแล้วตั้งแต่เมื่อร่างกายยังสบายดี อยู่นั่นเอง.

จงมีจิตที่มีปัญญาอย่างแท้จริง

สรุปความในที่สุด ทั้ง ๒ ชนิด **ว่าจงมีจิตที่มีปัญญาแท้จริง มองเห็นอยู่ว่า ไม่มีอะไรที่ควรยึดมั่นถือมั่นแม้แต่สักสิ่งเดียว** ในจิตที่ว่างจากความยึดมั่นถือมั่นโดยสิ้นเชิงชนิดนี้แหละ **"ไม่มีตัวกู"** หรือ **"ไม่มีของกู" มีแต่ธรรมะที่เป็นความหลุดพ้นอย่างสมบูรณ์** ซึ่งเราจะสมมติเรียกธรรมะนี้ว่า พระรัตนตรัยก็ได้ มรรค ผล นิพพานก็ได้ หรือจะเรียกว่าอะไร ๆ ที่เป็นยอดปรารถนาของคนยึดมั่นถือมั่นนั้นได้ทุกอย่าง แต่เราก็ไม่ยึดมั่นถือมั่นด้วยอุปาทานในสิ่งเหล่านี้อยู่นั่นเอง จึงดับไม่เหลือ หรือนิพพานได้สมชื่อ *นิ* แปลว่า ไม่เหลือ, *พาน* แปลว่า ไปหรือดับ, *นิพพาน* แปลว่า ดับไม่เหลือ เป็นสิ่งที่มีลักษณะมีความหมาย มีการปฏิบัติ และมีอานิสงส์ อย่างที่กล่าวมา ดังนี้แล.

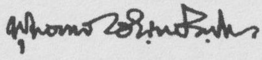
ข้อความทั้งหมดนี้ ยังย่ออยู่มาก แต่ถ้าขยันอ่านและขยันพิจารณาอย่างละเอียดไปทุก ๆ ตัวอักษร ทุก ๆ คำพูดทุก ๆ ประโยคแล้ว ก็คงจะได้ความโดยพิสดารได้ในตัวมันเองและเพียงพอแก่การเข้าใจ ในการปฏิบัติ.

ฉะนั้น หวังว่าท่านทั้งหลายคงจะอ่าน และฟังอยู่เป็นประจำโดยไม่ต้องคำนึงว่ากี่เที่ยว หรือกี่จบ จนกว่าจะเป็นที่เข้าใจแจ่มแจ้งด้วยปัญญา แล้วมั่นคงโดยสมาธิ

นำมาใช้ได้ทันท่วงทีด้วยสติ สมตามความประสงค์ที่จะเป็นผู้มีความดับไม่เหลือ ทุก ๆ ประการ.



ตายเสร็จสิ้นแล้ว
ในตัวแต่หัวที



อบรมพระภิกษุในพรรษา ๒๘ สิงหาคม ๒๕๑๒

วันที่ ๒๘ สิงหาคม เป็นวันอันดับที่ ๓๑ ของระยะกาลเข้าพรรษา ๒๕๑๒ ในวันนี้จะได้กล่าวในหัวข้อว่า *"ตายเสร็จสิ้นแล้วในตัวแต่หัวที"* **ซึ่งเป็นการกล่าวต่อเนื่องกันมาจากวันก่อน ๆ.**

หัวข้อที่ ๑ ว่า ทำงานด้วยจิตว่าง

หัวข้อที่ ๒ ว่า ยกผลงานให้ความว่าง

หัวข้อที่ ๓ ว่า กินอาหารของความว่าง

หัวข้อที่ ๔ นี้ว่า ตายเสร็จสิ้นแล้วในตัวแต่หัวที.

คำว่า *"ตาย"* นี้เป็นคำที่มีความหมาย หรือวิธีพูดที่กำกวม **ที่อาจจะเกิดสับสนแก่คนที่ยังไม่คุ้นเคยกับการพูดด้วยโวหารเช่นนี้** ; โดยที่ทั่วไป

คนก็ได้ยินได้ฟังอยู่ว่า **การปฏิบัติธรรมะนี้ปฏิบัติเพื่อความไม่ตาย**, ไม่ตายตลอดกาลเรียกว่าอมตะ. **ทำไมบัดนี้จึงมาบอกให้ปฏิบัติเพื่อตาย** และก็ตายเสร็จสิ้นตั้งแต่หัวทีอีกด้วย, ซึ่งก็หมายความว่าตายตลอดกาลเหมือนกัน. ไม่ตายตลอดกาล กับตายตลอดกาล มันจะเป็นเรื่องเดียวกันอย่างไรได้; คงจะเกิดความสับสนฉงนแก่ผู้ที่ไม่เคยฟัง.

ในชั้นแรกจะ **ต้องเข้าใจเสียก่อนว่า**มันสำนวนพูด, **เป็นโวหารพูดทางศาสนา ทางธรรมะชั้นสูง** แล้วแต่ว่าจะเล็งไปในแง่ไหน. ที่พูดว่า "ไม่ตาย" นั้นเป็นภาษาคนมากกว่า ถ้า "ฉันอยู่" เหลืออยู่แล้วก็ไม่รู้จักตายอีกต่อไป; อย่างนี้เป็นภาษาคน ที่พูดชนิดที่เข้าใจง่าย, และคนก็รู้จักนึกคิดอย่างนี้มาก่อนตั้งแต่ทีแรกว่าต้องการจะไม่ตาย, ต้องการจะมีอยู่อย่างไม่รู้จักตาย. นี่เป็นภาษาธรรมดากว่าที่จะพูดว่าตายเสร็จสิ้นไปเลย ไม่มีอะไรเหลืออยู่.

เราจะต้องรู้จักเปรียบเทียบคำว่า "ตาย" กับคำว่า "นิพพาน" เพราะ นิพพานแปลว่าดับไม่เหลือ, ดับไม่เหลือแห่งความทุกข์ ความร้อน ก็คือเย็นสนิท.

"ดับไม่เหลือ" มีความหมายเป็นตายมากกว่าที่จะไม่ตาย; แต่แล้วก็เข้าใจผิด ว่าตายนี้เราไม่ชอบ เราก็ไม่อยากตาย. ฉะนั้นคำว่า**ตายในที่นี้หมายถึงตาย**

อีกชนิดหนึ่งคือตายโดยที่ร่างกายไม่ต้องตาย, ชีวิตยังไม่แตกดับ แต่ก็ตาย : หมายถึงตายอีกชนิดหนึ่ง, คือตายโดยที่ร่างกายไม่ต้องตาย. **ชีวิตยังไม่แตกดับ แต่ก็ตาย หมายถึงตัวกู-ของกูตายหมดฯ**

ในคำโบราณที่พูดไว้ว่า : "**นิพพานนั้นคือตายเสียก่อนตาย**, หรือตายเสียก่อนแต่ร่างกายตาย" **นี้อะไรตาย ? ก็คือกิเลสที่เป็นเหตุให้รู้สึกว่ามีตัวกู-ของกูนั่นแหละตาย.** กิเลสนี้ต้องตายเสร็จก่อนร่างกายตาย จึงจะเรียกว่านิพพาน. นี่เป็นสิ่งที่ควรจดจำไว้ด้วยว่า

"ดีอยู่ที่ละ พระอยู่ที่จริง
นิพพานอยู่ที่ตายเสียก่อนตาย";

เพียงเท่านี้ก็จะทำให้เห็นว่า มีการพูดที่สับสน. คราวหนึ่งคนหนึ่งสอนว่า ให้ตายเสียก่อนตาย, คราวหนึ่งนี้มีผู้ที่สอน ว่าจงทำให้ไม่รู้จักตาย. ที่แท้มันเป็นคำพูดที่ถูกด้วยกันทั้งนั้น เพราะมีความหมายมุ่งไปอย่างหนึ่งๆ ; รวมความแล้วคือ **ดับตัวกู - ของกูเสียได้ ไม่มีความยึดมั่นตัวกู - ของกูเหลืออยู่ นั่นแหละคือใจความของการปฏิบัติ.**

ดับเสียได้คือตาย ฆ่าตัวกู ทำลายตัวกู

ให้หมดเสีย ; อย่างนี้เรียกว่าทำให้มันตายไปเสีย.

ทีนี้ ไม่ตายก็หมายความว่าตัวกู - ของกูไม่มีแล้ว ก็เหลืออยู่แต่ธรรมะที่บริสุทธิ์ ธรรมชาติที่บริสุทธิ์ ที่ไม่รู้จักตายคือนิพพาน, คือธรรมชาติที่ไม่รู้จักตาย; เข้าใจเสียให้ดีจะได้ไม่มีอะไรกีดขวางกัน. **พูดว่าจงตายเสียให้เสร็จสิ้นในตัวเสียแต่ทีแรก**, ก็หมายความว่า : อย่ามีความรู้สึกว่าตัวกู - ของกูมาเสียแต่ทีแรก ให้ตลอดเวลาไปเลย. **นี้เรียกว่าตัวกู - ของกูมันตาย** ไม่มีส่วนเหลือ ตั้งแต่ทีแรก หรือตลอดเวลา.

ถ้าตัวกู - ของกูมันตายเสียแล้วตั้งแต่ทีแรก ก็เหลืออยู่แต่ธรรมชาติที่บริสุทธิ์ ปรากฏออกมาแก่ความรู้สึกเป็นธรรมชาติที่ไม่รู้จักตาย; เพราะมันไม่มีตัวกู - ของกู มันจึงไม่รู้จักเกิด ไม่รู้จักแก่ ไม่รู้จักเจ็บ ไม่รู้จักตาย : เพราะว่าความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย อะไรเหล่านี้ มันอยู่ที่ตัวกู - ของกูทั้งนั้น. จริงอยู่ที่สังขารที่เข้าไปยึดมั่นถือมั่นว่าตัวกู และตัวกูเกิด แก่ เจ็บ ตาย; ทีนี้ถ้าเราไม่ยึดถือว่าสังขารว่า เป็นตัวกู - ของกู มันก็เป็นการเปลี่ยนแปลงตามธรรมชาติ, ไม่เรียกว่าเกิด แก่ เจ็บ ตาย; เพราะว่าเอาความหมายคำว่าตัวกู - ของกูออกไปเสียไม่มีเหลืออยู่. ความเกิด แก่ เจ็บ ตาย ก็สูญเสียความหมายไปด้วย, เรียกว่าไม่เกิด ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย. นี่มันผลัดกัน

พูดคนละที หรือคนละแนวอย่างนี้.

ระวังอย่าให้สับสนสำหรับคำพูดเพียงคำเดียวว่า "ตาย" กับคำว่า "ไม่ตาย".

ขอให้รู้ไว้โดยประวัติว่า คนแสวงหาความไม่ตายกันมาตั้งแต่ตอนพระพุทธเจ้าเกิด. **พระพุทธเจ้าก็ออกแสวงหาความไม่ตายเหมือนกันคือออกบวช**. คนพูดถึงความไม่ตาย ไม่รู้จักตาย มาตั้งแต่ก่อนพระพุทธเจ้าเกิด, แล้วก็มีความรู้สึกเอาเองตามความสำนึกเพราะว่าเบื่อความตาย เกลียดความตาย; ยิ่งรู้ว่าตายแล้วตายอีก ๆ เวียนว่ายไปในวัฏฏสงสารอย่างนี้ มันก็ยิ่งเกลียดความตาย. นี่ก็เลยต้องการจะมีความไม่ตาย, จะทำอย่างไรหนอจึงจะไม่ตาย ? เที่ยวหาเที่ยวค้นกันอยู่อย่างนี้ตั้งแต่ก่อนพระพุทธเจ้าเกิดขึ้น, นานอยู่เหมือนกัน, คงจะหลายร้อยปีเหมือนกัน โดยเฉพาะประเทศอินเดียซึ่งเป็นเจ้าของคำคำนี้.

อีกอย่างหนึ่ง ก็มีเรื่องทางโลก ๆ เขาว่า มียาที่กินเข้าไปแล้วไม่รู้จักตาย, หรือว่าพวกเทวดามีน้ำดื่มชนิดหนึ่ง ที่ดื่มไปแล้วไม่รู้จักตาย; นี่มันก็แว่วอยู่ในหู. คนก็อยากจะไม่ตายทำนองนั้น : ที่เป็นเรื่องโลกจัดก็คือว่าต้องการจะให้ใครฆ่าไม่ตาย ใคร ๆ ก็หาวิธีที่ไม่รู้จักตาย

แบบนี้; **ที่เป็นธรรมะ ก็ต้องการจะไม่เกิดไม่ตายต่อ ๆ ไป** ซึ่งก็เรียกว่าต้องการความไม่ตายด้วยกันทั้งนั้น ; ก็ค้นพบสิ่งที่เชื่อกันว่าไม่ตายนี้มาตามลำดับ ๆ, แล้วมันไม่ถูกไม่จริงกันถึงที่สุด จนกระทั่งพระพุทธเจ้าเกิดขึ้น ออกสำรวจค้นหาความไม่ตายกับเขาด้วยเหมือนกัน แล้วก็พบความไม่ตายในลักษณะอย่างนี้.

ทีนี้ อะไรที่เป็นความตาย ให้มันตายไปหมด, อย่าให้มีอะไรเหลือที่มนุษย์เรียกมันว่าความตายก็ให้มันเพิกถอนไปหมดไม่มีเหลือ ก็จะเหลือแต่สิ่งที่ไม่รู้จักตาย. ฉะนั้นอะไรที่เป็นความตายที่กลัวกันนักก็จะต้องถูกถอนไปให้เหลือแต่สิ่งที่ตรงกันข้าม. **คนเราไม่อยากตายก็เพราะว่ามีความหวัง** มีที่หวัง ที่กำลังพอใจเอร็ดอร่อยเป็นที่หวัง; ไม่อยากตาย เพราะกลัวว่าจะต้องพลัดพรากจากสิ่งเหล่านี้; มันเป็นความเห็นแก่ตัวอยู่อย่างนี้. **ถ้าถอนความเห็นแก่ตัวนี้ออกไปเสียได้ ก็หมดปัญหา**ในเรื่องนี้เหมือนกัน; มันจึงไม่รู้จะอยู่ไปทำไม จึงเฉยได้ คือไม่รู้ไม่ชี้ทั้งนั้น; แต่ถ้ายังมีความหวังในอะไรอยู่ มันก็ไม่อยากตาย.

การที่จะไม่ตายก็ต้องทำลายความหวัง ตัณหา หรืออาสา. มันมีวิธีเรียกมากสำหรับกิเลสที่เป็นความหวังมีชื่อหลายสิบชื่อ แต่ใจความของมันก็คือหวัง, คืออยาก.

ฉะนั้น **การที่จะไปสู่นิพพาน หรือบรรลุถึงนิพพาน หรือความไม่ตาย นี้ต้องทำลายความอยากความหวังเหล่านี้เสียจนไม่มีอะไรเป็นที่หวัง** หรือเป็นที่อยาก; คือ นิพพาน **เป็นความตายแห่งตัวกู แต่เป็นความไม่ตาย หรือไม่รู้จักตาย ของธรรมชาติอันบริสุทธิ์**. จิตนี้ต้องสลัดธรรมชาติแห่งความโง่หลง คือ อวิชชา ตัณหา อุปาทานนี้; ที่มีความรู้สึกว่าตายนี้ สลัดออกไปเสียให้หมด จึงจะพบกับธรรมชาติอันบริสุทธิ์ที่ไม่รู้จักตาย.

ที่สอนว่าให้รู้จัก **"ตายเสียในตัวแต่หัวที" นี้เป็นข้อความที่เนื่องกันมาจากคำพูดข้อแรกว่า ทำงานด้วยจิตว่าง ยกผลงานให้ความว่าง กินอาหารของความว่าง**. ถ้าทำได้อย่างนี้ มันเป็นการตายเสร็จแล้วในตัวตั้งแต่หัวที. คำว่า *"ตายเสร็จแล้วในตัว"* นี้หมายความว่ามันตายอยู่เองโดยอัตโนมัติ ในการกระทำเช่นนั้น ทีนี้**การกระทำให้มีความรู้สึกแต่ความว่างนั้น มันเป็นการตายของตัวกูอยู่ในตัวมันเองตั้งแต่หัวที**.

อยากจะขอบอกอีกหน่อยว่า ภาษามันดิ้นได้หรือกำกวม และพูดเป็นคำกลอนด้วยภาษามันบังคับ. ที่ว่า **"ตายเสร็จแล้วในตัว" นี้หมายถึงว่าตายโดยอัตโนมัติ** ตายได้เองในตัวมันเอง หมายถึงตายโดยอัตโนมัติ; ไม่ใช่ตายอยู่ในร่างกายนี้. คำแปลฉบับ

ภาษาอังกฤษแปลผิดที่ตรงนี้ กลายเป็นตายในร่างกาย. แปลอย่างนั้นไม่รู้ว่า ตายแล้วในตัวมันตายได้โดยอัตโนมัติ; **เพราะการปฏิบัติเพื่อมีจิตว่าง หรือทำงานเพื่อความว่าง มันตายอยู่ในตัวแต่หัวที**, คือตั้งแต่แรกเริ่มเดิมที.

เราพูดกันเรื่อง**ความตายอยู่ในตัวมันเอง**ตั้งแต่หัวที; ความตายนี้ก็เลยกลาย**เป็นความตายที่น่ารักน่าปรารถนาไป; ไม่เหมือนกับความตายที่เป็นความทุกข์**, มีแต่ความตายที่เป็นตัวกู ที่กลัวตาย, ยังมีตัวกูแล้วกลัวตาย. ความตายอย่างนั้นมันไม่น่ารักไม่น่าปรารถนาเป็นที่กลัวแก่คนทุกคน. นี่แปลว่าตัวกูนี้มันไปหมดไม่มีตัวกูเหลือ, กลายเป็นของน่ารัก น่าปรารถนา สำหรับคนทุกคน, แม้ชีวิตมีอยู่มันก็ไม่มีทางทำผิดทำชั่ว ไม่มีทางที่จะมีความทุกข์; เป็นความตายที่น่ารัก น่าปรารถนา. นี่คือความหมายของคำว่า "ตาย", ตาย นี้ระวังให้ดี มันสับสนปนเปกันอย่างนี้.

ที่ว่า**ตายเสร็จสิ้นในตัวแต่หัวทีนี้** ชาวบ้านที่เป็นคนธรรมดาสามัญจนเกินไป **ที่ไม่เคยได้ยินก็กลัว**, พวกที่เข้าใจเรื่องจิตว่างแบบอันธพาล **เขาไม่เข้าใจเขาก็กลัว**, กลัวความตายไปทุกสิ่งทุกอย่าง. ไม่เข้าใจว่า ความตายชนิดนี้หมายความว่าอย่างไร; คือความตายชนิดนี้มันช่วยแก้ปัญหาความตายชนิดโน้น. **การตายที่เป็นทุกข์หมายถึง**

การตายของจิตที่ยึดมั่นถือมั่นเป็นตัวกู - ของกู; ส่วนการตายของตัวกู - ของกู มันกลายเป็นสิ่งที่ดับทุกข์ แล้วก็ไม่มีความทุกข์อีกต่อไป; **การตายชนิดนี้ควรจะศึกษาให้เข้าใจกันไว้**

จะ พูดไว้ง่าย ๆ ที่กันลืมบ้างว่า **ถ้ายังมีกิเลสตัณหาอุปาทาน ตัวกู - ของกู อยู่แล้ว มันเป็นความตายที่เป็นทุกข์ทั้งนั้น**, แล้วการตายนั้นก็**เป็นการตายโหงด้วย**. นี่เราจะแยกกันได้อย่างนี้ ว่าการตายของคนธรรมดาสามัญทุกคนนั้นเป็นการตายโหงในภาษาของพระอริยเจ้า.

ภาษาของคนธรรมดานั้น ตายโหงหมายถึงตกต้นไม้ตาย ควายขวิดตาย อะไรตาย เขาเรียกว่าตายโหง; ตายโหงอย่างนี้มันเป็นตายโหงของคนธรรมดา : มีใจความสำคัญอยู่ที่ว่า มันไม่อยากตายอยู่ตลอดเวลา, ไม่อยากตายแล้วมีอะไรมาตัดชีวิต ถูกตัดออกไปให้มันตาย, ตายไม่ทันตั้งตัวนั้นคือตายโหง. ถ้าตายมีความรู้สึกตั้งตัว ต่อสู้สุดความสามารถแล้วจึงตาย; ชาวบ้านเรียกว่าไม่ตายโหง. นี่มันก็ถูกอย่างภาษาชาวบ้าน, หรือภาษาคนธรรมดาสามัญพูด. แต่แล้วเราก็ลองไปใคร่ครวญดูว่าความหมายของคำว่าตายโหงชนิดของชาวบ้านนั้นมีความหมาย

สำคัญอยู่ที่ว่าไม่อยากตาย, มีอะไรมาตัดชีวิตของคนที่ไม่อยากตายโดยปุบปับ.

ถ้าเป็นภาษาหนังสือที่สูงและลึก ภาษาทางวิญญาณ ภาษาทางธรรม ภาษาพระอริยเจ้า นี้ก็เล็งเหมือนกันหมด ว่าถ้ามันตายโดยไม่อยากตาย มันก็ควรจะเรียกว่าตายโหง. **ถ้าตายโดยที่มีการเตรียมพร้อมสำหรับจะตาย จึงจะไม่ตายโหง.** ข้อนี้อธิบายให้ชัดลงไปได้อีกว่าคนธรรมดาไม่อยากตาย ไม่ยอมตาย; ฉะนั้นเมื่อจะต้องตายก็กระวนกระวายเดือดร้อนเป็นทุกข์.

เหมือนกับที่พูดมาแล้วบ่อย ๆ ว่าตายไม่เป็น, **ตายไม่เป็นคือไม่รู้จักตายอย่างไรให้ดีที่สุด**, ตายไม่เป็นอย่างนี้ตายโหงทั้งนั้น. จะเป็นตายโหงตามภาษาพิเศษหรือภาษาที่เรียกว่าภาษาธรรมะ ภาษาพระอริยเจ้า, หรือตายอย่างทุลักทุเล; เรียกหมอให้ช่วยอย่างนั้น ช่วยอย่างนี้ช่วยอย่างโน้น จนไม่มีสติสะตังอะไร นอนตาปริบ ๆ อยู่จนกระทั่งดับไปก็ดี; มันก็อยู่ในพวกที่ตายโหงของคนที่ไม่อยากตาย, ของคนที่พยายามที่จะดึงไว้ให้ไม่ตาย; เสร็จแล้วมันก็ต้องตาย. นี่มีความแตกต่างกันอย่างมากระหว่างคนธรรมดาสามัญกับพระอริยเจ้า.

ข้อนี้ ผมนึกถึงเรื่องราวตอนใกล้ปรินิพพาน ที่เรียกกันว่าปลงอายุสังขาร; พระพุทธองค์เสด็จอยู่ที่ปาวาลเจดีย์ตรัสว่า : สามเดือนต่อนี้จะปรินิพพาน เรียกว่าปลงอายุสังขาร. พญามาร มาทูลขอให้ปรินิพพาน, พระพุทธเจ้าก็ตกลงด้วย; นี่เป็นเรื่องพูดภาษาสมมติ.

ภาษาจริง ๆ ก็คือว่า พระพุทธเจ้าท่านทรงตัดสินพระทัยที่จะให้สังขารร่างกายนี้แตกดับไปในเวลาประมาณ ๓ เดือนข้างหน้า, นับจากวันนี้; เรียกว่า **ปลงอายุสังขารคือกำหนดอายุความตาย ชนิดที่เป็นความแตกดับของสังขาร.**

ส่วน**ตายในภาษาธรรมะนั้น พระพุทธเจ้าตายเสร็จสิ้นแล้วตั้งแต่วันตรัสรู้ที่ต้นโพธิ์** คือพอตรัสรู้ ตัวกู - ของกูของท่านตายฉิบ เสร็จแล้ว ตั้งแต่วันนั้น. **นี่ภาษาคนก็พูดว่าตรัสรู้, ภาษาธรรมะพิเศษอย่างนี้ก็คือว่า "ตายเสร็จสิ้นแล้วในตัวแต่หัวที"** ตั้งแต่วันตรัสรู้, และอยู่มาอีก ๔๕ ปี เพื่อสอนศาสนา และแผ่ศาสนา; จนถึงปีสุดท้ายอีก ๓ เดือนจะตายทางร่างกาย ท่านจึงปลงสังขาร ให้สังขารนี้สิ้นสุดไปแตกดับไป นับ ๓ เดือนแต่วันนี้, แล้วก็มีการปรินิพพานทางร่างกายจริงตามกำหนดนั้น.

ใจความสำคัญที่ต้องนึกกันบ้างก็คือว่า คนเราต้องรู้จักตายให้เป็น.

รู้จักตายให้เป็น คือให้ร่างกายมันแตกดับไปในลักษณะที่เหมาะสม; แม้ยังไม่เป็นพระพุทธเจ้า หรือยังไม่เป็นพระอรหันต์ ก็ทำตามอย่างท่านได้, เท่าที่จะทำได้. เราจึงเห็นได้ว่าเรื่องตายนั้น เมื่อควรตายก็ให้มันตายอย่างที่เรียกว่าปลงสังขาร ปลงอายุสังขาร, จะต้องไปดิ้นรนต่อสู้ให้ยุ่งยากลำบากไปทำไม. เรื่องผ่าตัดเอาหัวใจใส่ใหม่นี้ผมถือว่าเป็นเรื่องบ้า ๆ บอ ๆ ของคนที่ไม่รู้จักตาย. ตายไม่เป็นก็ต้องตายโหงอยู่ดี คือตายด้วยจิตใจที่ไม่อยากตาย เรียกว่าตายโหงหมด; ผมถือว่าอย่างนี้. ภาษาธรรมะหรือภาษาพระอริยเจ้าท่านก็มีความหมายอย่างนี้ : **ตายด้วยความไม่อยากตายนี่**, **คือตายทางร่างกายต้องเป็นการตายโหง** ตายด้วยความเศร้าด้วยความอเนจอนาถใจ ไม่อยากตายมันก็ต้องตาย, ตายไปด้วยความเศร้าด้วยความทุกข์; อย่างนี้เรียกว่าตายโหงก็ถูกดีแล้ว เป็นการตายโหงภาษาธรรม ภาษาที่สูงขึ้นไป, ไม่ใช่ตายโหงตกต้นไม้ตาย ควายขวิดตาย; นี่เป็นภาษาโลก ภาษาคน.

ระวังให้ดีพุทธบริษัท ภิกษุ สามเณร อุบาสก อุบาสิกา **อย่าตายโหง ตายด้วยจิตที่ดิ้นรน เสียดายไม่ยอมตาย**, เสียดายนั่นเสียดายนี่ กระวนกระวายอยู่;

แล้วมันก็ต้องจำใจตาย; ก็เรียกว่าตายโหง. ถึงจะช่วยกันให้อยู่ไปได้โดยมีความรู้สึกว่าตายไปเมื่อไรไม่รู้ ก็เรียกว่าตายโหงอยู่ดี; เพราะมันเป็นการตายของคนที่ไม่ยอมตาย ไม่อยากตาย ไม่รู้จักตาย.

ทีนี้ที่เรียกว่าการศึกษาธรรมะ หรือรู้ธรรมะกันจริง ๆ เขาต้องการให้รู้ในข้อนี้ : ข้อที่ไม่ต้องตายโหง, คือว่าอย่าต้อง**ตายโดยที่ไม่อยากตาย; อย่าเป็นคนโง่ เป็นคนที่ไม่รู้ว่าธรรมชาติมันต้องเป็นไปอย่างนั้น.** เพราะฉะนั้นอย่าให้มันยุ่งยากมากนัก เมื่อควรตายไปก็ต้องตาย; เหมือนกับที่พระพุทธเจ้าทรงปลงอายุสังขารเป็นเรื่องตัวอย่าง : ว่า ๓ เดือนจากวันนี้จักปรินิพพาน หมายความว่าให้ร่างกายแตกดับไปตามธรรมชาติ; ส่วนนิพพานของกิเลส นิพพานเสร็จแล้วตั้งแต่วันตรัสรู้. เมื่อเรามีธรรมะในเรื่องนี้พอ มันก็ไม่มีการตายโหง.

ถ้า**ทำงานทุกชนิดด้วยจิตว่าง ยกผลงานให้ความว่าง กินอาหารของความว่าง อยู่เสมอนี้มันเป็นการตายเสร็จสิ้นแล้วในตัวแต่หัวที; เป็นการป้องกันการตายโหงอย่างสิ้นเชิง** ไม่มีทางที่จะวี่แววมาได้. ฉะนั้นผู้ใดไม่อยากตายโหงก็จงปฏิบัติตามนี้ คือตายเสร็จไปแล้วด้วยความแน่ใจ, มันตายเสร็จไปแล้ว. ถึงแม้เรายังเป็นคนมีกิเลส ยังไม่หมดกิเลส ก็จงพยายามที่จะตายอย่างนี้ :

พยายามที่จะตายด้วยความสลัดออกไปได้ ปล่อยวางออกไปได้ ไม่ต่อสู้ดิ้นรนเพื่อจะไม่ตาย; แล้วจำใจตาย แล้วจะต้องตาย. แม้คนที่ยังมีกิเลสยังไม่หมดกิเลส ก็จงพยายามที่จะตายอย่างนี้.

วิธีบรมโบราณที่สอนกันไว้จนเป็นธรรมเนียม **เป็นประเพณีของพุทธบริษัท** อย่างนี้ก็มี : หมายความว่า แม้เป็นชาวบ้านถ้ามีภูมิธรรมสูง, ได้รับการศึกษาอบรมทางพุทธศาสนามาดี เขาสอนให้พยายามตายอย่างนี้, แม้จะมีตัวกู - ของกูเหลืออยู่ในจิตใจ ก็พยายามที่จะตายอย่างไม่ยึดถือเป็นตัวกู - ของกู คือ**สมัครตายโดยเรียบร้อยด้วยสติปัญญา ด้วยสติสัมปชัญญะ** คือถือว่ามันเป็นการแตกดับไปของมันเอง; ก็มีโอกาสที่จะเป็นพระอรหันต์หรือสิ้นกิเลสได้ในขณะที่ดับจิตนั้นก็ได้. เรื่องมันง่ายกว่ากันมาก; มันไม่มีปัญหาเรื่องความทุกข์รบกวน.

ขอให้เข้าใจคำว่า **"ตายเสร็จสิ้นแล้วในตัวแต่หัวที"** ให้ดี ๆ มันจะช่วยได้มาก **เพื่อป้องกันการตายโหงตลอดกาลนั้น** ป้องกันได้, และแล้วก็จะเป็นการช่วยให้ดับกิเลสตัณหาอุปทานได้เดี๋ยวนี้, หรือว่าวินาทีสุดท้ายที่ร่างกายจะแตกดับ **เมื่อถึงวินาทีสุดท้ายที่ร่างกายจะแตกดับ ก็สมัครดับไม่เหลือ ๆ**,

มีสติสัมปชัญญะระลึกนึกถึงข้อเท็จจริงต่าง ๆ ที่จะพินิจพิจารณามาแต่ก่อนแล้ว เห็นแจ้งแล้ว **ว่าไม่มีอะไรที่จะยึดมั่นถือมั่น**, ไม่มีอะไรที่ไหนที่ควรจะเอา ไม่มีภาวะอะไรชนิดไหนที่ควรจะเป็น. ฉะนั้นเรา**สมัครจะไม่เอาไม่เป็น** คือว่า : อย่ามีตัณหาอุปาทานในการเอาการเป็นใดๆ อย่างใด. **จิตนั้นก็บริสุทธิ์**, เป็นจิตที่บริสุทธิ์ กลายเป็นเบญจขันธ์ที่บริสุทธิ์ : คือร่างกายกับจิตใจที่บริสุทธิ์ อยู่ตลอดไป คือตลอดเวลาที่มีความรู้ข้อนี้ เบญจขันธ์นี้ ก็เป็นเบญจขันธ์บริสุทธิ์; แล้วมันก็ดับไปด้วยอาการอย่างนี้, **ก็เรียกว่า หมดกิเลสได้พร้อมกับร่างกายแตกทำลายลงไป.** มันก็ได้ผลได้กำไร และก็ไม่ยากไม่ลำบาก.

ถ้ามันยังไม่ตาย มันยังไม่หมดกิเลสก็มีหลักว่า : **เมื่อใดไม่มีกิเลส** กิเลสไม่ได้เกิดขึ้น **เบญจขันธ์นี้ก็บริสุทธิ์เหมือนกัน**, คือบริสุทธิ์ชั่วคราว หรือนิพพานชั่วคราว อย่างที่เรียกว่า ตทังคนิพพาน. เบญจขันธ์ที่บริสุทธิ์ชั่วคราว จิตเป็นประภัสสร ก็ยังดีกว่าที่จะไม่รู้จักเป็นอย่างนี้เสียเลย คือเผลอไป เผลอสติไป. กิเลสปรุงขึ้นมาในใจอีก; เบญจขันธ์นี้ก็สกปรกไปชั่วคราวอีก เป็นเบญจขันธ์ที่มีกิเลสตัวกู - ของกูหนาแน่นอยู่, เป็นเบญจขันธ์สกปรก. ทีนี้ความไม่เที่ยงของสังขาร ของเหตุของปัจจัย มันเปลี่ยนไป; เดี๋ยวมันก็สิ้นไป ปัจจัยมันก็ดับไป ตัวกู - ของกูดับลงไป; เบญจขันธ์

ก็กลายเป็นสะอาดหรือบริสุทธิ์ชั่วขณะอื่น ๆ อีก สลับกันอยู่อย่างนี้.

ทีนี้ก็**พยายามที่จะให้มีระยะกาลที่มันสะอาดนี้ยาวออกไป ๆ**, ให้ระยะกาลที่มันจะสกปรกนี้สั้นเข้า ๆ น้อยเข้าจนไม่มีเผลอ จนมันไม่อาจจะเกิดก็พอแล้ว, **ปฏิบัติเพียงเท่านี้ก็พอแล้ว** และใช้ได้ทั่วไปสำหรับทุกคน. อย่าพูดว่านี้มันเหมาะแก่ผู้ที่จะไปเป็นพระอรหันต์อยู่ในดงในป่า, อย่าเข้าใจอย่างนั้น. ให้เข้าใจเสียให้ถูกว่าสำหรับทุกคน จะต้องปฏิบัติตามหลักนี้ ตามแนวนี้ ตามมากตามน้อย ตามที่จะทำได้; ไม่มีหนทาง สองสาย สามสาย สำหรับเลือก สำหรับเดิน; มันมีแต่สายเดียวที่เรียกว่าเป็น *เอกายนมรรค* มีแต่สายเดียว ต้องเดินทางสายนี้แต่สายเดียว; แต่จะเดินอยู่ตรงไหน อย่างไร เท่าไรมันแล้วแต่สติปัญญา ความสามารถ.

๒

ถามขึ้นมาว่าปฏิบัติอย่างไรจึงจะตายเสียก่อนตาย?

ถ้ามีความรู้ถูกต้อง ก็ตอบว่า**ปฏิบัติด้วยความไม่ยึดมั่นถือมั่น เพื่อทำลายตัวกู - ของกู**ด้วยกันทั้งนั้น. แม้จะสอนให้เด็ก ๆ ปฏิบัติ มันก็**ทำลายตัวกู - ของกูไปตามระดับ**ของเด็ก ๆ เพื่อจะไม่ยึดมั่นถือมั่นเหมือนกัน

หรือยึดมั่นถือมั่นแต่น้อย. มันมีส่วนที่ไม่ยึดมั่นถือมั่นอยู่มาก คือความไม่ยึดมั่นสำหรับเด็ก ๆ, มิฉะนั้นแล้วเด็ก ๆ จะร้องไห้ไม่หยุด หรือเด็ก ๆ จะกินยาตาย. จะป้องกันเรื่องที่เลวร้ายถึงขนาดนั้น จึงสอนในเรื่องไม่ยึดมั่นถือมั่น เพื่อไม่ต้องร้องไห้ไม่ต้องกินยาตาย **ไม่ต้องมาเสียใจระทมทุกข์อยู่**; หากทำผิดก็ทำเสียให้ถูกก็มีเท่านี้. **อย่าไปยึดมั่นถือมั่นเรื่องผิดเรื่องถูก จนคิดว่าไม่มีทางที่จะเปลี่ยนแปลง.**

เพราะฉะนั้น จึงพูดได้ว่า ไม่ว่าคนชนิดไหนไม่ว่าเด็กหรือผู้ใหญ่ จะต้องพยายามปฏิบัติในลักษณะที่เรียกว่า *"ตายเสร็จสิ้น แล้วในตัว แต่หัวที"* ด้วยกันทั้งนั้น; ต่างกันเพียงในความหมาย ที่ตื้นลึกกว่ากัน, พยายาม *ตายเสร็จสิ้นในตัวแต่หัวที* ด้วยกันทั้งนั้น ตามมากตามน้อย ตามความสามารถของตน ๆ.

แม้ว่าเราจะสอนให้เด็ก ๆ ไม่รู้จักกลัวตาย กล้าเผชิญกับความตาย มันก็เป็นการถูกต้อง. อย่าเข้าใจผิดไปว่าถ้าไม่รู้จักกลัวตาย ไม่รู้จักตายแล้ว มันจะบ้าบิ่น, หรือจะไม่ทำอะไรที่เป็นของดีมีประโยชน์. ส่วนที่อยากมีชีวิตนี้มันเป็นต้นทุนเป็นทุนเดิม, มันมีอยู่จนเหลือเฟือเสมอไป; เพราะได้อบรมกันมาแต่อย่างนั้น.

ทีนี้ **เมื่อจะต้องวิบัติพลัดพรากจากสิ่งที่รักที่พอใจ อย่างนี้ก็ไม่ควรจะมีความทุกข์มาก; เพราะว่า**

รู้จักเรื่องความตายเป็นของธรรมชาติ เป็นของต้องมีเท่าที่จะรู้ได้. ทีนี้มันไปคิดกันเสียว่า โอ ! เดี๋ยวเด็กจะไม่รู้จักรักพ่อแม่ พ่อแม่ตายก็ไม่ร้องไห้; ก็ตามใจ, เมื่อต้องการอย่างนั้นก็ตามใจ. เรื่องกลัวว่าพ่อแม่ตายเด็ก ๆ จะไม่ร้องไห้ ไม่ต้องกลัว มันก็จะร้องไห้อยู่แล้ว; มันมีอยู่แต่ว่าจะแก้ไขให้ไม่ต้องร้องไห้มาก หรือไม่ร้องเลย. เพราะเรื่องร้องไห้มันเป็นเรื่องของความคิดประเภทยึดมั่นถือมั่น.

เราเคยได้ยินได้ฟังมาว่า พระจักรพรรดิ์จีนจะตายต้องมีคนร้องไห้, บรรดาคนรักคนใคร่ บรรดาสนมกำนัลของจักรพรรดิ์ต้องมานั่งร้องไห้; มันคงจะเนื่องมาจากพระจักรพรรดิ์ต้องการจะดูความจงรักภักดี หรือจะได้ตายอย่างสบายใจ ได้ชื่อว่าตายแล้วยังมีคนร้องไห้. มันก็เกิดเป็นธรรมเนียมประเพณีขึ้นมาจนต้องจ้างคนมาร้องไห้เมื่อมีคนตาย, มันก็เลยไปกันใหญ่จนถึงขนาดนี้; จะเป็นความโง่หรือเป็นความฉลาดก็ลองคิดดูก็แล้วกัน. ร้องไห้ตามธรรมดาไม่พอ ต้องไปจ้างคนมาช่วยร้องไห้อีก; เป็นความยึดมั่นถือมั่นเท่าไร; คำนวณดูก็ได้.

ทีนี้ **ที่จะต้องร้องไห้ตามธรรมดา** ไปลองคิดดูว่า **ควรจะมี หรือไม่ควรจะมี?** ถ้าไม่มีใครร้องไห้ก็คงจะคิดว่าคนนี้มันเลว จนไม่มีใครร้องไห้; เขาคงคิดกันไปในรูปนี้. นึกแต่ว่าเด็ก ๆ ไม่รักพ่อแม่ ไม่ร้องไห้ นี่เป็นเรื่อง

น่าหวัว; จะเอากันรูปไหน ก็ไปคิดดูเองก็แล้วกัน.

คนประเภทที่ยังต้องตายโหงก็ต้องการให้คนอื่นร้องไห้เมื่อตัวจะตาย; หมายความว่าตัวเองมีความยึดมั่นถือมั่นมาก ไม่อยากตาย. คนนั้นก็จะต้องการให้คนอื่นพลอยร้องไห้เมื่อตัวจะตาย, จะได้มีความอิ่มใจว่าเรามีคนรักมีคนอาลัย; จะตายทั้งทีก็ต้องมีคนรักมีคนอาลัย; นี่มันเป็นเอามากถึงอย่างนี้. ถ้ามันมากถึงอย่างนี้แล้ว มันก็ไม่เหมาะสมที่จะเรียกว่าพุทธบริษัทคือหมู่คณะของผู้มีสติปัญญามีความรู้ ผู้มีปัญญา**หรือมีความรู้; หมายความว่ารู้จักทำไม่ให้มันเป็นทุกข์**. ถ้าเป็นหมู่เป็นคณะเราเรียกว่า รู้จักทำกันทั้งหมด เพื่อจะให้มันไม่เป็นทุกข์, หรือเป็นทุกข์แต่น้อยลง ๆ จนไม่เป็นทุกข์. ทำไมจะต้องไปขยายออกไป ให้มัน**มีความทุกข์มากเกินกว่าความจำเป็น; นั้นมันคืออวิชชาหรือความหลง** ซึ่งไม่ใช่ความเป็นพุทธบริษัท.

ระวัง ให้ดี ๆ **เป็นพระเป็นเณร นี้อย่ากลัวตาย ชนิดขี้ขลาดตาขาว** แสดงมาให้เขาเห็น, คือเสียศักดิ์ของผ้าเหลือง; สุนัขจะไม่กิน. พูดกันให้เด็ดขาดก็ต้องว่าอย่างนี้, คือไม่มีอะไรดีในตัวจนสุนัขจะกินได้. อะไรนิดก็กลัวตาย สะดุ้งโหยงเหยง

โวยวายไปหมด เหมือนกับชาวบ้านที่กลัวไส้เดือน จิ้งจก ตุ๊กแก กลัวงูเงี้ยว, เพียงแต่งูตัวเล็ก ๆ ที่ไม่มีพิษสงอะไรเลื้อยมาข้างเท้าก็สะดุ้งกระโดดโหยงเหยงโวยวายไปหมด; เป็นพระเป็นเณรแล้วก็ยังมี; **นี้เรียกว่าดิบเท่าไร**. มันยังเป็นของดิบคือไม่สุกมากเท่าไร, คือไม่มีคุณธรรมอย่างพระอย่างเณรเลย. ผมเคยเห็นอยู่บ่อย ๆ ผมพูดอย่างนี้ก็ไม่ใช่อวดดี แต่พยายามที่จะทำ ที่จะไม่ให้มันเป็นอย่างนั้น. ฉะนั้นก็ไม่จำเป็นที่จะต้องเอะอะโวยวาย กระโดดโลดเต้นโหยง ๆ เหยง ๆ, มันจะได้เป็นการทดสอบดู. ถ้างูมันจะเลื้อยไปบนหลังเท้าบ้าง ก็ลองดูจะดีกว่า ที่จะไปกระโดดโลดเต้นโหยง ๆ เหยง ๆ เป็นคนดิบร้อยเปอร์เซ็นต์ ทั้งที่เป็นพระเป็นเณรแล้ว.

นี่ยกตัวอย่างเรื่องอย่างนี้ มาเป็นตัวอย่างเพราะง่ายดี มันเห็น ๆ กันอยู่, แล้วมันก็ยังมีอีกมากมายหลายสิบเรื่อง ที่จะ**เป็นเรื่องทดสอบ** เรื่องกลัวตายก็มี, เรื่องรักเรื่องกำหนัดก็มี เรื่องความโลภก็มี เรื่องความโกรธบันดาลโทสะก็มี เรื่องความอิจฉาริษยามากมายหลายอย่างมีทางที่จะทดสอบได้. แต่ถ้า**เป็นเรื่องในใจล้วน ๆ มันมองไม่เห็น ของใครก็ของใคร**, อะไรเป็นของใคร ๆ มองไม่เห็น. แต่ถ้าเป็นเรื่องที่แสดงออกมาทางกายนี้มันแสดงออกมามองเห็นว่าดิบสักเท่าไร, ว่ายังเป็นคนดิบ

อยู่สักเท่าไร. การบวชการเรียนนี้ยังไม่มีผลเลย ยังไม่ได้บ่มให้สุกเลย แต่สุนัขมันรู้; ถึงจะนอนตายอยู่แล้ว สุนัขมันก็รู้ ว่านี่เป็นซากศพของคนที่ไม่มีอะไรดีที่จะกินได้เลย.

อย่า ทำเล่นกับความจริง : ธรรมหรือความจริงนี่ ไม่เข้าใครออกใคร, มีอะไรเป็นอย่างไรก็เป็นอย่างนั้น. มนุษย์นั้นเล่นตลกหลอกกันได้ แต่**ธรรมะหรือธรรมชาติ มันไม่มีทางเล่นตลกได้.** เขาเอามาเปรียบด้วยเรื่องเป็นสุนัขที่มันรู้ว่ามนุษย์นี้เป็นอะไร; หรือจะเรียกว่าเทวดาผีสางก็ได้ แล้วแต่จะเรียก; ว่ามันมีอะไรอยู่อันหนึ่งซึ่งใครหลอกไม่ได้. ผมเรียกว่า**ธรรมะหรือพระธรรมไม่มีทางที่ใครจะหลอกเล่นได้ มันตรงเผงไปตามกฎตามเกณฑ์ของพระธรรม** : มีความทุกข์ก็ต้องมีความทุกข์, ไม่มีทุกข์ก็ต้องไม่มีทุกข์.

จงเลือกเอาข้างที่ไม่มีทุกข์ พยายามที่จะทำตามอย่างพระอริยเจ้าพระอรหันต์ คือตายเสร็จสิ้นแล้วในตัวแต่หัวที หรือว่านิพพานอยู่ที่ตายเสียก่อนตาย, พยายามที่จะกำจัดความรู้สึกที่มีการยึดมั่นถือมั่นมากที่สุดเท่าที่จะมากได้; **ไม่ต้องกลัวตายมาก***เหมือนคนธรรมดา,* **ไม่ต้องโลภมาก**เหมือนคนธรรมดา, **ไม่ต้องมีโทสะกลุ้มกลัดขัดเคืองมาก**เหมือนคนธรรมดา, **ไม่ห่วง ไม่หวัง**

ไม่อิจฉาริษยา ไม่ทะเยอทะยานอะไรมากเหมือนคนธรรมดา. นี่เป็นวิธีที่ถูก เป็นแนวเดียว สายเดียว เส้นเดียว ตรงไปยังนิพพาน.

พยายามให้เป็นแม้แต่เด็ก ๆ ลูกเล็ก ๆ ก็มีความเข้าใจอย่างนี้ ที่จะบรรเทาความยึดมั่นถือมั่น ปฏิบัติเพื่อความไม่ยึดมั่นถือมั่น. *อย่าไปมีความคิดเห็นเป็นอันธพาลแบ่งแยกที่ว่า : จะอยู่ในโลกนั้น เอามันเข้าไป, สกปรกลามกอนาจารอย่างไรก็หาทางจนได้* เพราะเรามันอยากอยู่ในโลกอันสกปรก; เขาสอนกันอย่างนี้ก็มี. ส่วนที่พูดว่าอยากจะพ้นโลก เหนือโลก โลกุตตระจึงปฏิบัติอย่างโน้น; สอนกันอยู่อย่างนี้. โดยเขาคิดไปว่า เพื่อให้คนเหล่านั้นมีกิเลสตัณหา มีมานะทิฏฐิถือพวกถือพ้อง แล้วก็จะได้รักพวกรักพ้องรักประเทศชาติ ทำลายข้าศึกศัตรู. คิดอย่างนี้มันชวนกันตกนรกหมกไหม้ทั้งโขยง, เป็นคนตายโหงทั้งโขยง. อย่าได้ไปคิดอย่างนั้นเลย.

ให้ฝึกคิดว่า : **ไม่มีตัวกู - ของกูไว้เรื่อย ให้เหลือแต่ธรรมไว้เรื่อยไป**. ถ้าจะไปรบกับข้าศึกจะได้มีจิตใจบริสุทธิ์เห็นแก่ธรรมะรบเพื่อธรรมะ เพื่อรักษาธรรมะเอาไว้; ไม่ใช่เพื่อตัวกู - ของกู, ไม่ใช่เพื่อรักษาชีวิตของกู. การรบราฆ่าฟันกันนี้มันมี ๒ ความหมาย อย่างนี้ : ถ้ารบเพื่อตัวกู - ของกู มันก็ตายโหง มันก็บาปกรรมและตายโหง;

ถ้ารบเพื่อสติสัมปชัญญะ เบญจขันธ์ที่ชำระให้บริสุทธิ์แล้ว ไม่มีตัวกู - ของกู ยิงปืนออกไปเพื่อรักษาความเป็นธรรม ผดุงความเป็นธรรมของโลก, ไม่เพื่อตัวกู - ของกูนี้ อย่างนี้ ไม่บาปและไม่ตายโหง. แม้จะอยู่ในโลก ต้องรบราฆ่าฟันกันอยู่ ก็ยังต้องศึกษาอย่างนี้ ยังต้องปฏิบัติอย่างนี้ ยังต้องยึดหลักอย่างนี้ มันจึงจะไม่มีบาปไม่มีกรรม ไม่มีการตายโหง. มันก็เรื่อง *"ตายเสร็จสิ้นแล้วในตัวแต่หัวที"* หมายความว่า **สะอาดบริสุทธิ์อยู่ในเบญจขันธ์นั้นเรื่อยไป คือมีธรรมะเป็นตัวตนเรื่อยไป.**

อย่า **มีตัวกู - ของกูเป็นตัวตน**, อย่ามีกิเลส ตัณหา อันธพาล อย่างนั้นมีความคิดเป็นตัวตน; พวกจิตว่างอันธพาล มีความคิดอย่างนั้นทั้งนั้น ก็มีตัวตนอย่างอันธพาลนั้น. พวกที่มีจิตว่างตามแบบพระพุทธเจ้าแล้ว มันก็ไม่มีความเป็นอันธพาล, ทำมาหากินก็ได้ รักษาทรัพย์สมบัติก็ได้ แม้แต่จะต้องไปรบพุ่งทำสงครามก็ทำได้ ด้วยจิตที่ไม่มีตัวกู; มีแต่ธรรมะ เห็นแก่ธรรมะ เพื่อธรรมะ. ให้เนื้อให้ตัวมันเป็นธรรมะเสียแล้ว มันก็ไม่มีบาปไม่มีกรรม; ก็ไม่ต้องตายโหง. นี่มันโยงถึงกันหมดแล้ว ว่า**ทำงานด้วยจิตว่าง ยกผลงานให้ความว่าง กินอาหารของความว่าง ตายเสร็จแล้ว**

ในตัวตลอดเวลา; **เป็นศิลปหรือว่าเป็นเคล็ดที่สำคัญอันหนึ่ง ซึ่งกลั่นกรองออกมาจากพุทธศาสนาทั้งหมด** มาเป็นหัวใจของพุทธศาสนา, ที่จะเป็นสิ่งที่ดีที่สุด **เป็นน้ำอมฤตสำหรับทุกคนจะต้องดื่มต้องกิน เพื่อจะไม่มีความทุกข์ ไม่มีความตายอีกต่อไป.**

ตายเสร็จแล้ว แล้วจะได้ไม่ต้องตายอีกต่อไป, พวกกิเลสตัณหา **พวกความยึดมั่นถือมั่นตายไปหมดแล้ว, แล้วไม่เหลืออะไรที่จะต้องตายอีกต่อไป.** มันแฝดกันได้อย่างนี้; **ในความตายชนิดนี้มีความไม่ตายตลอดกาล.**

นี่ ขอให้พยายามศึกษาให้เข้าใจจนปฏิบัติได้ในชีวิตประจำวัน ไม่ว่าใครจะเป็นอะไร; จะเป็นฆราวาสหรือจะเป็นบรรพชิต เป็นฆราวาสชนิดไหน แม้แต่ฆราวาสที่จะไปรบราฆ่าฟันในสนามรบ หรือว่าเป็นลูกเล็กเด็กแดงออกมา ลืมตาขึ้นมาในโลก มันก็ต้องถือหลักอย่างนี้ คือ **อย่าเห็นแก่ตัว, อย่ายึดมั่นถือมั่นแต่ฝ่ายข้างตัว มันจะพอกพูนกิเลสมากเข้ามันก็ตกนรกทั้งเป็น.**

เราควร**สอนให้เด็ก ๆ มีความเข้าใจในเรื่องความเป็นสุภาพบุรุษ เป็นเด็กดีเป็นคนดี.** ถ้าสอนถูก

ก็ต้องสอนอย่างนี้ : **สอนอย่าให้เห็นแก่ตัว**; ถ้าสอนในทางให้เห็นแก่ตัวก็ต้องเกิดเรื่องแน่, ในอนาคตมันจะถูกหลอกถูกหลอนไปด้วยปิศาจของกิเลสเหมือนที่เห็น ๆ กันอยู่ ที่เขาดึงไปสู่ความต่ำของจิตใจ.

มีเรื่องกระโปรงสั้นเป็นตัวอย่างสำหรับผู้หญิง, มีเรื่องส่ำมะเลเทเมาสำหรับผู้ชายมีมากขึ้นๆ ; เป็นเรื่องไม่รู้จักตายเป็นเรื่องไม่ยอมตาย, เป็นเรื่องพอกพูนตัวกู - ของกูพอกพูนชีวิตของกิเลสหรือความเป็นอันธพาล; มันตรงกันข้ามกับที่เรากำลังพูด.

ตายเสร็จสิ้นแล้วในตัวแต่หัวที มันเป็นเรื่องลดลงไปสู่ความสงบราบคาบ เรียบร้อยเย็นสนิท.

"ตายเสร็จสิ้นแล้วในตัวแต่หัวที" นี้มีความหมายว่าเป็นอยู่ด้วยชีวิตที่เย็นสนิท. ถ้าตรงกันข้ามจากนี้ มันก็คือความร้อน, ร้อนเป็นไฟ เผาอยู่ตลอดเวลา, เป็นการทำบาปอยู่ตลอดเวลา ในตัวมันเอง; มันเป็นเรื่องที่น่ากลัวยิ่งกว่าสิ่งใดหมด. การที่เป็นบาปอยู่ตลอดเวลาในตัวมันเองน่ากลัวหรือไม่น่ากลัว. ไปลองคิดดู; เป็นบาปร้อยเปอร์เซ็นต์อยู่ในตัวตลอดเวลา. ที่เป็นอยู่ด้วยกิเลสตัณหานั่นเป็นอยู่อย่างนี้; ถ้าว่ามันขจัดออกไปเสียได้ ให้มีกายและใจที่บริสุทธิ์อยู่เท่าที่เราจะทำได้ มันก็ตรงกันข้าม, มีความเย็นอยู่ตลอดเวลา; เอาไปเปรียบดูก็แล้วกัน.

เราคนเดียวกันนี่บางโอกาสมันก็ร้อนเป็นไฟ บางโอกาสมันก็เย็นเป็นน้ำ; ที่นี้ก็**เลือกเอาสภาพที่มันเย็นเป็นน้ำ**, ให้มันยังคงเย็นอยู่ตลอดไป ๆ ๆ จนมันเกิดความตายตัวลงไป ในการที่จะเย็นอยู่ตลอดเวลา **อย่าให้ร้อนด้วยกรณีใด ๆ** ; และ**ร้อนที่น่ากลัวที่สุดนั้นคือร้อนด้วยความโง่ ร้อนด้วยราคะ** ความกำหนัดทางเพศ, ทางอะไรก็ยังไม่ร้อนเท่าความโง่ แต่คนก็ไม่รู้จัก; คิดว่าร้อนราคะมันร้อนเหลือเกิน, **ร้อนด้วยโทสะ** ความโกรธร้อนเหลือเกิน; เพราะไปดูอย่างผิวเผินคือเท่าที่มันปรากฏแก่คนโง่ คนธรรมดา. ถ้าคน**มีสติปัญญาแล้วจะรู้ว่าโมหะที่ไม่แสดงอะไรออกมา นั้นมันร้อนกว่า ร้อนลึก.**

การรักษาโรค หมอแผนโบราณ ก็มีคำว่า "ร้อนใน ร้อนนอก" ; ไปคลำที่ตัวร้อนเขาว่าไม่เท่าไร ถ้าข้างในมันไม่ร้อน, แล้วต้องสังเกตดูถ้าข้างในมันร้อนละก็น่ากลัว หรือมีอันตราย หรือคนไข้จะตาย ที่เรียกว่า "ร้อนใน" แบบของหมอแผนโบราณ. คนธรรมดาไม่รู้สึกว่าร้อน, คลำตัวก็ไม่ร้อน. ต้องมีความรู้ชนิดหนึ่งจึงจะรู้ว่ามันร้อนอย่างยิ่ง, ร้อนข้างใน แล้วมันก็ตายทั้งที่ตัวมันไม่ร้อน. นี่วิธีของหมอแผนโบราณเป็นอย่างนี้. กิเลสนี้ก็เหมือนกัน **กิเลสที่เผาข้างในมันร้ายกาจ**

กว่ากิเลสที่แสดงออกมาข้างนอก. ราคะแสดงออกมาข้างนอก โทสะแสดงออกมาข้างนอก; แต่**โมหะมันร้อนลึกอยู่ข้างใน**, แล้วมันจะเป็นเชื้อส่งราคะ ส่งโทสะออกมาไม่รู้จักสิ้นสุดเรื่อย; เพราะฉะนั้นมันน่ากลัวกว่า น่าอันตรายกว่า.

ไฟที่เปียกเย็นนั่นแหละระวังให้ดี มันร้อนลึกกว่าไฟที่ลุกโพลงอยู่. ตัวกู - ของกูนั่นแหละคือไฟที่เย็นที่เปียกที่ลึกอยู่ข้างใน, ร้อนใน. ต้องขจัดออกไปให้มันตาย, หรือทำให้มันตายอยู่เสมอ ทุกวันทุกคืนทุกชั่วโมง. **ทำงานด้วยจิตว่าง ยกผลงานให้ความว่าง กินอาหารของความว่าง ให้ถูกต้องให้มันถูกวิธีอยู่เสมอ มันจะแก้ร้อนใน; แล้วร้อนนอกมันก็จะหายไปได้เอง.**

ที่เราพูดกันถึงเรื่องตายเสร็จสิ้นแล้วในตัวแต่หัวทีมันดีอย่างนี้; มันแก้ตายโหง มันแก้ร้อนใน แก้อะไรสารพัดอย่าง ที่ไม่พึงปรารถนา. จึงหวังว่าให้ทุกคนเอาไปคิดให้ดี ๆ ให้เข้าใจกันจนได้, แล้วปฏิบัติให้ได้ให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ในฐานะที่เป็นหัวใจของพุทธศาสนา เป็นอมตธรรม เป็นอมฤตธรรมในพระพุทธศาสนา.

เวลาของเราหนึ่งชั่วโมงก็หมดลง

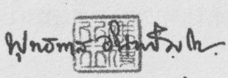
ผู้ดับไม่เหลือ

อย่าเข้าใจ ไปว่า ต้องเรียนมาก
ต้องปฏิบัติ ลำบาก จึงพ้นได้
ถ้ารู้จริง สิ่งเดียว ก็ง่ายดาย
รู้ดับให้ ไม่มีเหลือ เชื่อก็ลอง

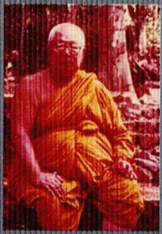
เมื่อเจ็บไข้ ความตาย จะมาถึง
อย่าพรั่นพรึง หวาดไหว ให้หม่นหมอง
ระวังให้ ดีดี "นาทีทอง"
คอยจดจ้อง ให้ตรงจุด หลุดได้ทัน

ถึงนาที สุดท้าย อย่าให้พลาด
ตั้งสติ ไม่ประมาท เพื่อดับขันธ์
ด้วยจิตว่าง ปล่อยวาง ทุกสิ่งอัน
สารพัน ไม่ยึดครอง เป็นของเรา

ตกกระได พลอยกระโจน ให้ดีดี
จะถึงที่ มุ่งหมาย ได้ง่ายเข้า
สมัครใจ ดับไม่เหลือ เมื่อไม่เอา
ก็ดับ "เรา" ดับตน ดลนิพพาน ฯ



พุทธทาส ๑๐๐ ปี
๒๗ พฤษภาคม ๒๔๔๙ - ๒๕๔๙



"...มีวิธีปฏิบัติอยู่เป็น ๒ ชนิด กล่าวคือ
ตามปรกติ ก็ขอให้มีความดับไม่เหลือ
แห่งความรู้สึกยึดถือว่า "ตัวกู" และ "ของกู"
อยู่เป็นประจำ นี้อย่างหนึ่ง.
อีกอย่างหนึ่ง เมื่อร่างกายจะต้องแตกดับไปจริงๆ
ก็ขอให้มีความคิดปล่อยวางทั้งหมด
ปล่อยทั้งร่างกาย ชีวิต จิตใจ
ให้ดับไปเป็นครั้งสุดท้าย
ไม่มีเชื้ออะไรเหลืออยู่ หวังอยู่
สำหรับการเกิดมีตัวเราขึ้นมาอีก..."